LEKSIONI 3

ZHVILLIM NËPËRMJET TË KURESHTJES

ЗА ШТО СЕ РАБОТИ ВО ОВАА ЛЕКЦИЈА? (ПРЕГЛЕД)

Во оваа лекција се зборува за некои изненадувачки факти за нашиот мозок и како можеме да имаме страст за нешто (нешто што толку многу го сакаш што се држиш до него подолго време).

ТИ имаш моќ да ја пронајдеш твојата страст!

Како можеш тоа да го направиш? Преку учење како да останеш љубопитен-на, а тоа ќе му помогне на твојот мозок да се развива – запомни дека, покрај сè, тој е еластичен.

Љубопитноста се развива преку истражување, обидување и експериментирање со нови и различни работи, како и преку поставување на многу прашања.

Само напред, биди љубопитен-на!

АЈДЕ МАЛКУ ВЕЖБАЊЕ!

Подолу имаш неколку „работни листови“ за да размислиш и да ги пополниш. Тие се тука за да ти помогнат да ги сфатиш поимите и да ги примениш во твојот живот. Сфати ги сериозно и забавувај се!!! Твојот наставник/твојата наставничка ќе ти каже кога да работиш во нив.

ДАЛИ СИ ЉУБОПИТЕН-НА?

Дали знаеш на кое животно едното око му е поголемо од целиот мозок?

1. Доколку наставникот/наставничката ти даде 6 чоколади, дали би вратил-а една од нив за да го дознаеш сега одговорот на горното прашање? (заокружи еден одговор)

ДА НЕ

2. Дали би вратил-а две од чоколадите за да го дознаеш сега одговорот на горното прашање? (заокружи еден одговор)

ДА НЕ

3 Од колку вкупно чоколади би се откажал-а за да го дознаеш одговорот на горното прашање? (заокружи еден одговор)

0 1 2 3 4 5 6

4 Дали си љубопитен-на во врска со прашањето? (заокружи еден одговор)

ДА НЕ

ОТКРИВАЊЕ НА ИНТЕРЕСИТЕ НА ДРУГ

Започни разговор со некој соученик и одговори на следните прашања.

1. За што имаш интерес? Наведи нешто конкретно што уживаш да го правиш повеќе од сè друго.

_____

2. Прашај го твојот соученик кој конкретен интерес го запишал на претходното прашање, па запиши го и ти на линијата подолу. Потоа поразговарајте за вашите интереси околу 10-тина минути.

_____

3. По разговорот, напиши подолу едно конкретно нешто што го откри во врска со интересот на твојот соученик (нешто што те изненади или што ти беше интересно).

_____

_____

_____

_____

МЕНТОРСКА АКТИВНОСТ ЗА ЉУБОПИТНОСТ

Оваа недела нема да се сретнеш со ученикот што го менторираш. Наместо тоа, заедно со двајца соученици од твоето одделение ќе подготвувате постер за љубопитност што потоа ќе го споделите со одделението во кое учат учениците што ги менторирате. Целта на постерот е да ги мотивирате учениците од 5. одделение да станат пољубопитни и да ги следат своите страсти. Исто како ти!

Еве ги насоките за оваа менторска активност:

Чекор 1:

1. Помисли на нешто за што си ТИ навистина љубопитенна и за што сакаш повеќе да научиш. Запиши го тоа тука.

_____

_____

2. Истражи и најди нешто ново за тоа што те интересира (од чекор 1), а не си го знаел-а претходно. Запиши го тоа тука.

_____

_____

_____

Чекор 2:

Формирај група со други двајца ученици од твоето одделение и еден по еден, споделете за што сте љубопитни и што ново сте научиле за тоа (од чекор 1).

Доколку откриеш дека си љубопитен-на во врска со тоа што го интересира некој друг член на групата, слободно поставувај му прашања за да научиш повеќе! **Запомни, љубопитноста и поставувањето „откачени“ прашања се добредојдени.**

Чекор 3:

1. Сите членови на групата заедно смислете една реченица што објаснува зошто е важно да се биде љубопитен. Напиши ја неа тука (сите тројца ќе треба да ја напишете истата реченица).

   _____

   _____

2. Сите тројца членови на групата заедно, изработете ЕДЕН заеднички постер во кој, преку зборови, слики, цртежи и фотографии ќе го прикажете следното:

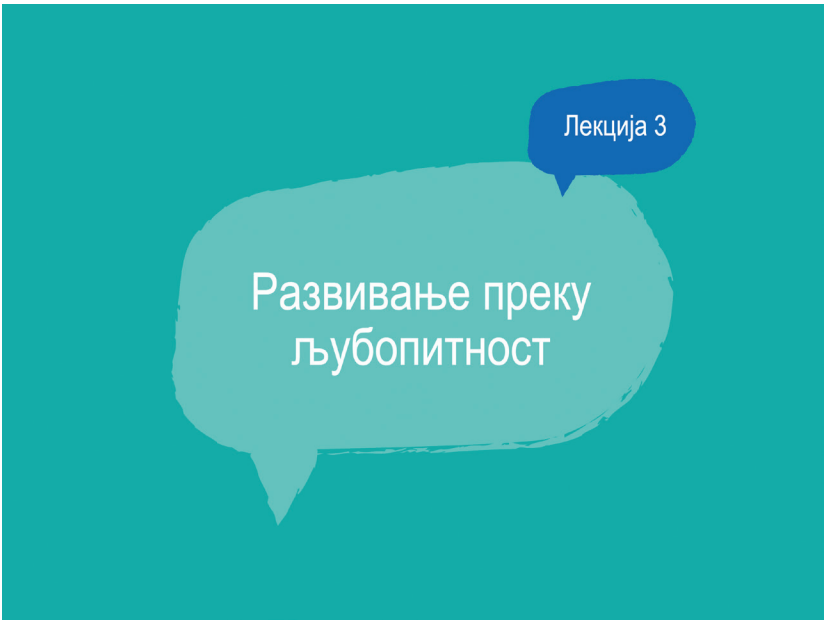
- ✓ реченицата што заеднички ја смисливте за да објасните зошто љубопитноста е важна
- ✓ интересите на секој од вас
- ✓ новите работи што секој од вас ги научи за тоа што го интересира.

Забавувај се и придонеси вашиот постер да биде убав и привлечен!

Наставникот/наставничката ќе ви каже до кога ова треба да се заврши и кога ќе го посетите одделението со учениците што ги менторирате за да им го предадете постерот.

ЛЕКЦИЈА 3: СЛАЈДОВИ

Следат слајдовите од Лекција 3 во случај да сакаш да ги читаш и да ги прегледуваш сам-а!



Љубопитност

Денес ќе учиме за љубопитноста и:

- Што се случува во нашиот мозок кога сме многу љубопитни за нешто?
- Што се случува кога конечно ќе го откриеме она за што сме љубопитни?
- Зошто љубопитноста е исто толку важна колку и интелигенцијата?
- Како може да пронајдеме нешто за што **ќе имаме страст** преку користење на нашата љубопитност?

Љубопитноста и мозокот

Кога сме лудо љубопитни за нешто:

- Нашиот мозок е жеден за одговорот што го бараме (исто како кога многу ни се јаде **чоколадо**).
- Нема да се смириме сè додека не го откриеме одговорот.
- Кога ќе го пронајдеме одговорот, следи чувство на задоволство и во нашиот мозок се активира системот за наградување.

Љубопитноста и мозокот

Што се случува во нашиот мозок кога сме љубопитни?

- Кога сме љубопитни за нешто, се активира посебен дел во нашиот мозок и тој почнува да **светка**.
- Тоа е истиот дел што се активира кога сме среќни – тоа е **системот за наградување** во мозокот.
- Потоа се лачат **хормоните на среќа** (тоа се истите што се лачат кога јадеме чоколадо).

Љубопитноста и учењето

- Кога ќе ги добиеме одговорите на нашите прашања, **хормоните на среќа** прават тоа што штотуку сме го научиле да оди право во долготрајната меморија во нашиот мозок.
- Но, кога **немаме интерес** за одредена тема, тоа што ќе го научиме испарува за неколку секунди.

Дискусија: Се сеќавате ли на некој тест за некоја тема за која не сте биле заинтересирани? Можете ли да се сетите на било што во врска со таа тема?

Зошто сме љубопитни?

- Луѓето се **раѓаат љубопитни**. Всушност, и животните исто така.
- Размислете за бебињата, мачињата и кутрињата. Тие се игровно љубопитни за сè што се наоѓа околу нив.
- Иако, нивниот метод на осознавање на нештата не е секогаш и многу хигиенски. ☺

Како да ја откриеме љубопитноста во нас самите?

- Преку обука на себеси за поставување **многу прашања**!
- Преку **одење подлабоко** во работите за кои имате интерес, било да се работи за спорт, музика, возила, хемија, или книги од научна фантастика.

Но најважно,

- Преку **истражување** на целосно нови работи за кои дури и не сте ни помислиле дека може да ве интересираат.

Дури и да не мислите така...
вашата љубопитност чека да излезе на виделина!

Што со работите за кои не сте заинтересирани?

Дали да истражувате нови работи, дури и кога мислите дека не се толку интересни?

- Да, дајте им шанса затоа што можеби не сте заинтересирани само во моментот.
- Спротивно на вообичаеното мислење, **страста** за нешто што ќе ви трае долго време не паѓа од небо.
- Таа ќе ви дојде само ако **експериментирате** со новите работи.

Развивање на вашата страст (наместо чекање да се појави)

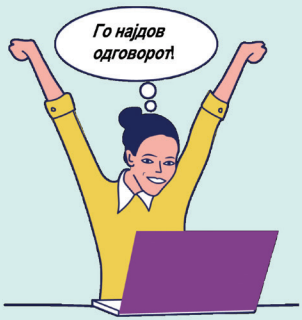
Значи, ја **развиваме нашата страст**. Не чекаме таа некогаш да нè пронајде нас.

Многу е веројатно да ја пронајдете вашата страст ако:

- истражувате нови работи кои можеби не ви изгледаат многу интересни на самиот почеток
- имате храброст да пробувате нови работи и да поставувате (понекогаш можеби и чудни) прашања

Страста ја развиваме. Таа не доаѓа како гром од ведро небо.

Љубопитните луѓе се среќни и успешни

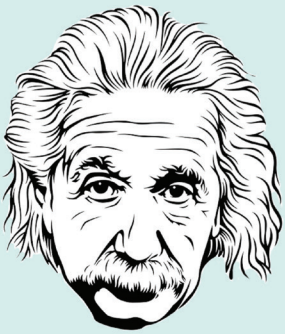


- Луѓето кои со страст ги прават работите се среќни луѓе.
- Исто така, изгледаат многу паметно (и такви се).

Тоа не е така затоа што се тие нешто попосебни од вас! Просто, тие го сакаат тоа што го прават и тоа ги прави СРЕЌНИ!

„Изберете работа што ја сакате и никогаш нема да мора да работите ниту еден единствен ден во животот!"

Љубопитни луѓе



„Јас не сум нешто особено талентиран, јас сум само страстно љубопитен."

Алберт Ајнштајн

Прост рецепт за да ја откриете вашата страст

- Поставувајте **откачени** прашања!
- **Експериментирајте** со нови идеи дури и ако имате **неуспех** што се повторува – учете од него.
- Пробувајте работи и **посветете им се некое време**, не мислете дека нешто нема да ви се допадне пред да го пробате и обидувајте се повеќе пати.

Едно нешто ќе води кон друго… Но, тоа ќе се случи само ако вие дозволите да се случи.

РАБОТЕН ЛИСТ 5: Дали си љубопитен-на?

Дискусија: На кое животно едното око му е поголемо од целиот мозок?

Одговорот е...

Очите на тарсиерот се и поголеми и потешки од неговиот мозок. Тие се околу 1/12 од неговата големина (вашите очи се околу 1/660 од вашата големина!).

Дали знаете дека има и други животни чиишто мозоци се помали од нивните очи?
Љубопитни ли сте сега?

РАБОТЕН ЛИСТ 6: Откривање на интересите на друг

- Сега, со друг ученик, меѓусебно ќе си ги откривате главните интереси.
- Тоа ќе ви помогне да дознаете различни работи за другиот што можеби не сте ги знаеле.
- **Дискусија:** Што дознавте за интересите на другиот?

Лекција 3

16

Преглед на тоа што го учевме

- Кога се буди нашата љубопитност, мозокот лачи **хормони на среќа**.
- Детската љубопитност може да си ја одржуваме доколку се обидуваме и **експериментираме** со различни нешта – дури и нешта кои првично не ни биле многу интересни.
- Еден начин да се постигне ова е преку поставување многу, многу **прашања**, преку вклучување во разговори со луѓе и преку дознавање на нивните интереси.
- **Страста** нема вас да ве пронајде ако вие не почнете да истражувате и да експериментирате со милион работи!

ЛЕКЦИЈА 3: РАЗВИВАЊЕ ПРЕКУ ЉУБОПИТНОСТ 17

Менторска активност

За оваа менторска активност нема да се сретнете со учениците што ги менторирате.

Наместо тоа, со помош на двајца соученици од вашето одделение ќе подготвувате **постер за љубопитност** што потоа ќе го споделите со одделението во кое учат учениците што ги менторирате.

Забавувајте се додека го подготвувате постерот! Наскоро, ќе ги мотивирате учениците од 5. одделение да станат пољубопитни и да ги следат своите страсти. Исто како вас!